

Pijat Oksitosin Untuk Meningkatkan Produksi ASI Di PMB Dince Safrina

Dilla Tri Astika¹, Risa Pitriani², Eka Maya Saputri³

Program Studi S1 dan Profesi Kebidanan Fakultas Kesehatan

^{1,2,3}Universitas Hang Tuah Pekanbaru

dillatriastika99@gmail.com¹, risapitriani@htp.ac.id², ekamayasaputri@htp.ac.id³

ABSTRACT

One way to increase breast milk is by doing oxytocin massage. This care aims to determine the benefits of giving oxytocin massage to increase breast milk production. The method used is a case study by giving oxytocin massage to postpartum women with the criteria of postpartum women on day 3 postpartum and carried out for 6 days. Case taking was carried out at PMB Dince Safrina from April 25 - May 2, 2022. Furthermore, the author looks for postpartum patients and makes the first contact with the patient and makes an agreement with the patient. After that the patient agrees with the agreement that has been made and signs informed consent. From the results of care carried out oxytocin massage twice a day for 6 days. From the evaluation results, the patient managed to collect 120 ml of breast milk on day 6. The conclusion was that there was a significant milk yield after oxytocin massage for 6 days. In case management actions have been given in accordance with the mother's complaints and the mother has accepted and understood and the mother implements the recommendations that have been given. The suggestion for this care is to teach postpartum women to do oxytocin massage to facilitate breast milk production. And for PMB to facilitate employees to attend oxytocin massage training.

Keywords: *Postpartum Mother, Oxytocin Massage, Breast Milk Production*

ABSTRAK

Salah satu cara untuk memperbanyak ASI dengan melakukan pijat oksitosin. Asuhan ini bertujuan untuk mengetahui manfaat dalam pemberian pijat oksitosin untuk meningkatkan produksi ASI. Metode yang digunakan adalah studi kasus dengan cara memberikan pijat oksitosin kepada ibu nifas dengan kriteria ibu nifas di hari ke 3 pasca postpartum dan dilakukan selama 6 hari. Pengambilan kasus dilaksanakan di PMB Dince Safrina dari tanggal 25 April – 2 Mei 2022. Selanjutnya penulis mencari pasien ibu nifas dan melakukan kontak pertama dengan pasien dan membuat kesepakatan dengan pasien. Setelah itu pasien setuju dengan kesepakatan yang telah dibuat dan menandatangani informed consent. Dari hasil asuhan yang dilakukan pijat oksitosin sebanyak 2x sehari selama 6 hari. Dari hasil evaluasi berhasil mengumpulkan ASI sebanyak 120 ml di hari ke 6. Kesimpulan yang dihasilkan didapatkan hasil pengeluaran ASI yang signifikan setelah dilakukan pijat oksitosin selama 6 hari. Dalam tindakan tatalaksana kasus telah diberikan sesuai dengan keluhan ibu dan ibu telah menerima dan memahami serta ibu melaksanakan anjuran yang telah diberikan. Saran untuk asuhan ini adalah mengajarkan ibu nifas untuk pijat oksitosin guna memperlancar pengeluaran ASI. Dan bagi PMB agar dapat memfasilitasi pegawai untuk mengikuti pelatihan pijat oksitosin.

Kata Kunci : *Ibu Nifas, Pijat Oksitosin, Produksi ASI*

PENDAHULUAN

ASI adalah makanan paling sempurna dengan segala kelebihanannya karena ASI sangat bersih, dan memberi perlindungan yang mengandung zat kekebalan tubuh

dibutuhkan bayi untuk menangkal setiap penyakit dari berbagai infeksi, baik yang disebabkan oleh bakteri, virus, jamur, atau parasit. Didalam ASI terkandung lebih dari seratus jenis zat gizi yang dibutuhkan untuk

pertumbuhan bayi, komposisi gizi yang terkandung didalamnya telah disesuaikan dengan kebutuhan bagi bayi sehingga dapat diserap secara sempurna oleh sistem pencernaan bayi yang masih sangat terbatas kemampuannya (Ambarwati, 2010).

Menyusui merupakan kegiatan yang menyenangkan bagi ibu, sekaligus memberikan manfaat yang tak terhingga pada anak. Manfaat yang dimaksud tersebut, antara lain : bayi mendapatkan nutrisi dan enzim terbaik yang dibutuhkan, bayi mendapatkan zat-zat imun serta perlindungan dan kehangatan melalui kontak dari kulit ke kulit dengan ibunya, meningkatkan sensitivitas ibu akan kebutuhan bayinya, mengurangi perdarahan, serta konservasi zat besi, protein, dan zat lainnya, mengingat ibu tidak haid sehingga menghemat zat yang terbuang, ASI Eksklusif dapat menurunkan angka kejadian alergi, terganggunya pernapasan, diare, dan obesitas pada anak (Yuliarti, 2010).

Masalah yang ditimbulkan dari ibu menyusui adalah produksi ASI yang tidak maksimal. Sehingga banyak bayi yang kebutuhan nutrisinya kurang karena ibu tidak dapat memberikan ASI secara maksimal yang sesuai dengan kebutuhan nutrisi bayi. Dampak dari ASI yang tidak lancar atau sedikit membuat ibu berpikir bahwa bayi mereka tidak akan mendapat cukup ASI sehingga ibu sering mengambil langkah berhenti menyusui dan menggantinya dengan susu formula (Wahyuni, 2012).

Menyusui merupakan momen yang berharga dan sangat istimewa. Selain itu, menyusui juga sangat baik bagi kesehatan ibu dan bayi. Namun, tidak sedikit ibu menyusui yang mengalami kendala ketika memberikan ASI pada buah hatinya. Masalah yang sering dijumpai saat ibu menyusui antara lain perasaan ASI tidak cukup/kurang, pembengkakan payudara, puting susu datar, puting susu lecet, saluran ASI tersumbat, dan mastitis (Pujiastuti, 2018).

Pijat ASI yang sering dilakukan dalam rangka meningkatkan ketidاكلancaran produksi ASI adalah pijat oksitosin. Pijat oksitosin, bisa dibantu oleh ayah atau nenek bayi. Pijat oksitosin ini dilakukan untuk merangsang reflek oksitosin atau *reflex let down*. Selain untuk merangsang *reflex let*

down, manfaat pijat oksitosin adalah memberikan kenyamanan pada ibu, mengurangi bengkak (*engorgement*), mengurangi sumbatan ASI, merangsang pelepasan hormon oksitosin, mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit (Dewi, 2012).

Pijat oksitosin bisa dilakukan untuk membantu ibu nifas (menyusui) memperlancar pengeluaran ASI dengan cara stimulasi untuk merangsang hormon oksitosin sehingga selanjutnya keberhasilan pemberian ASI Eksklusif bisa tercapai (Nandayani, 2020).

Peningkatan angka ibu menyusui secara global berpotensi menyelamatkan nyawa lebih dari 820.000 anak usia balita dan dapat mencegah penambahan 20.000 kasus kanker payudara pada perempuan setiap tahunnya. Namun, di Indonesia hanya 1 dari 2 bayi berusia dibawah 6 bulan yang mendapatkan ASI Eksklusif, dan hanya sedikit lebih dari 5% anak yang masih mendapatkan ASI pada usia 23 bulan. Artinya, hampir setengah dari seluruh anak Indonesia tidak menerima gizi yang mereka butuhkan selama dua tahun pertama kehidupan. Lebih dari 40% bayi diperkenalkan terlalu dini kepada makanan pendamping ASI, yaitu sebelum mereka mencapai usia 6 bulan, dan makanan yang diberikan seringkali tidak memenuhi kebutuhan gizi bayi (WHO, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ika Nur Saputri dengan judul "*Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI*" dengan subjek ibu menyusui yang ASI nya kurang lancar dan dilakukan pijat oksitosin, lalu didapatkan hasil bahwa rata-rata produksi ASI sesudah dilakukan pijat oksitosin adalah 13,50 dengan standar deviasi 6,416. Hal ini menunjukkan bahwa ada peningkatan jumlah produksi ASI sesudah dilakukan pijat oksitosin (Saputri, 2019).

Menurut penelitian yang dilakukan Nurul Isnaini dan Rama Diyanti dengan judul *Hubungan Pijat Oksitosin Pada Ibu Nifas Terhadap Pengeluaran ASI Di Wilayahkerja Puskesmas Rajabasa Indah Bandar Lampung Tahun 2015* dengan subjek penelitian ibu post partem, yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dan rencana penelitian menggunakan *Quasi Eksperimen*, dengan desain penelitian yang

digunakan adalah *Static Group Comparison*, Hasil peneliti diketahui dari 15 responden yang dilakukan pijat oksitosin sebanyak 9 ibu nifas (60%) yang pengeluaran asinya cepat, 5 ibu nifas (33 %) yang pengeluaran asinya normal dan ibu yang mengalami pengeluaran asinya lambat sebesar 1 ibu nifas (7 %) dan kelompok yang tidak dilakukan pijat oksitosin 15 responden sebanyak 12 ibu nifas (80%) yang pengeluaran asinya lambat, 3 ibu nifas (20 %) yang pengeluaran asinya normal dan tidak ada ibu yang mengalami pengeluaran asinya cepat (Isnaini, 2015).

METODE

Studi kasus ini menggunakan metode studi kasus dengan cara menentukan suatu permasalahan melalui suatu kasus yang terdiri dari unit tunggal dengan melibatkan pengumpulan SOAP dan menggunakan lembar observasi. Asuhan diberikan pada ibu Nifas Ny. F di PMB Dince Safrina dari tanggal 25 April – 2 Mei 2022. Subyeknya Ny. F Umur 20 tahun P1A0. Cara pengumpulan data anamnesa, observasi, pemeriksaan dan dokumentasi. Analisa data dengan membandingkan antara data yang diperoleh dengan teori yang ada.

HASIL

a. Kunjungan Pertama

Kajian pertama dilakukan pada Ny.F postpartum 3 hari pada tanggal 25 April 2022 pukul 13.45 WIB. Data subjektif Ny.F usia 20 th, ibu mengatakan ASI tidak lancar sehingga anaknya rewel. Ibu mencoba untuk tetap memberikan ASI tetapi bayi malah menangis karena ASI yang tidak keluar. Pada pengumpulan data objektif ditemukan keadaan umum ibu baik keadaan emosional tampak cemas karena tidak bisa memberikan ASI Eksklusif, pada pemeriksaan payudara terasa tegang, tidak teraba benjolan, dan puting menonjol. Tekanan darah 110/80 mmHg, pernafasan 20x/i, nadi 84x/i, suhu 36,5°C, TFU 2 jari dibawah pusat terasa lembek. Melakukan asuhan kebidanan dengan melakukan teknik pijat oksitosin dan mengajarkan kepada orang tua Ny.F dengan cara

membersihkan payudara sebelum melakukan pijat lalu lakukan pemijatan pada titik tertentu dibagian punggung menggunakan baby oil dan dilakukan 2x sehari sebelum mandi.

b. Kunjungan Kedua

Kajian kedua dilakukan pada Ny.F pada tanggal 2 Mei 2022 pukul 09.00 WIB, ibu mengatakan ASI sudah mulai lancar semenjak rutin dilakukan pijat oksitosin setelah 6 hari. Pada pengumpulan data objektif ditemukan keadaan emosional ibu mulaitenang dalam menghadapi ASI kurang, pemeriksaan payudara terasa sedikit tegang, tidak ada benjolan, puting menonjol. Tekanan darah 120/80 mmHg, pernafasan 20x/i, nadi 82x/i, suhu 36,5°C, lochea sanguinolenta,. Ada kemajuan dalam pengeluaran ASI dan menganjurkan ibu untuk tetap melakukan pijat oksitosin. Pada saat di pompa ASI keluar 120 ml setelah 6 hari dilakukan pijat oksitosin.

PEMBAHASAN

Melalui metode pendekatan pemecahan masalah, penulis menyajikan pembahasan dengan membandingkan antara teori dan kenyataan yang di temui di lahan praktik, yang di terapkan pada NY.F, usia 20 tahun, dengan pijat oksitosin untuk melancarkan ASI. Setelah dilakukan pijat oksitosin pada ibu nifas dengan ASI yang tidak keluar selama 6 hari didapatkan hasil yang signifikan pada pengeluaran ASI. Ibu mengatakan bayi yang awalnya menangis saat menyusui karena ASI yang tidak keluar, saat ini bayi lancar menyusu karena adanya ASI.

Berdasarkan data subjektif yang didapatkan dari ibu merasa cemas akan pengeluaran ASI yang sedikit. Menurut (Wahyuni, 2012) masalah yang ditimbulkan dari ibu menyusui adalah produksi ASI yang tidak maksimal. Sehingga banyak bayi yang kebutuhan nutrisinya kurang karena ibu tidak dapat memberikan ASI secara maksimal yang sesuai dengan kebutuhan nutrisi bayi. Dampak dari ASI yang tidak lancar atau sedikit membuat ibu berpikir bahwa bayi mereka tidak akan mendapat cukup ASI sehingga ibu sering mengambil langkah berhenti menyusui dan menggantinya dengan susu formula. Pijat ASI yang sering

dilakukan dalam rangka meningkatkan ketidاكلancaran produksi ASI adalah pijat oksitosin. Pijat oksitosin, bisa dibantu oleh ayah atau nenek bayi. Pijat oksitosin ini dilakukan untuk merangsang reflek oksitosin atau *reflex let down*. Selain untuk merangsang *reflex let down*, manfaat pijat oksitosin adalah memberikan kenyamanan pada ibu, mengurangi bengkak (engorgement), mengurangi sumbatan ASI, merangsang pelepasan hormon oksitosin, mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit (Dewi, 2012).

Menyusui merupakan momen yang berharga dan sangat istimewa. Selain itu, menyusui juga sangat baik bagi kesehatan ibu dan bayi. Namun, tidak sedikit ibu menyusui yang mengalami kendala ketika memberikan ASI pada buah hatinya. Masalah yang sering dijumpai saat ibu menyusui antara lain perasaan ASI tidak cukup/kurang, pembengkakan payudara, puting susu datar, puting susu lecet, saluran ASI tersumbat, dan mastitis (Pujiastuti, 2018).

Berdasarkan teori terdapat keselarasan dari data objektif yang ditemukan pada Ny.F yaitu keadaan cema akan pengeluaran ASI yang tidak mencukupi untuk bayi. Berdasarkan hasil pemeriksaan fisik atau yang lainnya berjalan dengan normal.

Assesment kasus ini menurut teori (Trirestuti, C. & Puspitasari, 2018) Pendokumentasian yang termasuk assessment yaitu menggambarkan pendokumentasian hasil analisis dan interpretasi subjektif dan objektif dalam suatu identifikasi, baik itu diagnosis atau masalah, antisipasi diagnosis atau masalah potensial. Selain itu identifikasi mengenai perlunya tindakan segera oleh bidan atau dokter. Diagnosa yang dapat ditegakkan pada asuhan kebidanan ini adalah ibu nifas dengan ASI kurang.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ika Nur Saputri dengan judul "Pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI" dengan subjek ibu menyusui yang ASInya kurang lancar dan dilakukan pijat oksitosin, lalu didapatkan hasil bahwa rata-rata produksi ASI sesudah dilakukan pijat oksitosin adalah 13,50 dengan standar deviasi 6,416. Hal ini menunjukkan bahwa ada peningkatan jumlah produksi ASI

sesudah dilakukan pijat oksitosin (Saputri, 2019).

Pijat ASI yang sering dilakukan dalam rangka meningkatkan ketidاكلancaran produksi ASI adalah pijat oksitosin. Pijat oksitosin, bisa dibantu oleh ayah atau nenek bayi. Pijat oksitosin ini dilakukan untuk merangsang reflek oksitosin atau *reflex let down*. Selain untuk merangsang *reflex let down*, manfaat pijat oksitosin adalah memberikan kenyamanan pada ibu, mengurangi bengkak (engorgement), mengurangi sumbatan ASI, merangsang pelepasan hormon oksitosin, mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit (Dewi, 2012).

Menurut hasil penelitian setiowati pada tahun 201, tentang hubungan pijat oksitosin dengan kelancaran produksi ASI pada ibu postpartum hari ke-2 dan ke-3, menyatakan ibu postpartum setelah diberikan pijat oksitosin mempunyai produksi ASI yang lancar (Setiowati, 2017).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata produksi ASI sesudah dilakukan pijat oksitosin adalah 13,50 dengan standar deviasi 6,416. Hal ini menunjukkan bahwa ada peningkatan jumlah produksi ASI sesudah dilakukan pijat oksitosin (Saputri, 2019).

Menurut penulis bahwa pijat oksitosin memiliki manfaat untuk membantu melancarkan ASI pada ibu postpartum yang mengeluh bayi rewel karna ASI tidak keluar. Pijat oksitosin merupakan langkah yang sangat efektif untuk membantu ibu meningkatkan produksi ASI karena dengan dilakukan pijat hormon oksitosin akan meningkat. Oksitosin adalah hormon yang berperan dalam pengeluaran ASI. Ibu juga sangat dianjurkan untuk banyak makan makanan yang bergizi, melakukan pijat oksitosin 2x sehari dan bisa juga ditambah dengan makan kacang edamame untuk membantu melancarkan ASI.

SIMPULAN

Asuhan kebidanan pada ibu nifas di PMB Dince Safrina dilaksanakan menggunakan pendekatan dengan pendokumentasian SOAP. Setelah mengumpulkan data secara keseluruhan dapat diperoleh kesimpulan bahwa ibu nifas dengan P1A0. Ny,F dengan keadaan umum ibu cemas akan pengeluaran

ASI nya dan keadaan bayi baik. Ibu merasa cemas karena pengeluaran ASI masih sedikit, namun dapat diatasi dengan memberikan pengertian akan ASI pada ibu yang baru melahirkan dan memberitahu tentang pijat oksitosin untuk membantu melancarkan ASI. Selama pelaksanaan proses asuhan pijat oksitosin, ibu dapat diajak bekerja sama dengan baik. Dan didapatkan hasil pengeluaran ASI yang signifikan setelah dilakukan pijat oksitosin selama 6 hari. Dalam tindakan tatalaksana kasus telah diberikan sesuai dengan keluhan ibu dan ibu telah menerima dan memahami serta ibu melaksanakan anjuran yang telah diberikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati. (2010). Asuhan kebidanan nifas. Nuha medika.
- Dewi, M. (2012). Asuhan kebidanan nifas dan menyusui. Pustaka pelajar.
- Juliarti. (2017). Hubungan pijat oksitosin dengan pengeluaran asi pada ibu postpartum di bpm yunifa fatimah. Menara Ilmu, XI Jilid 1.
- Handayani. (2020). Happy exclusive breastfeeding. Cv tirta buana media.
- Isnaini, R. (2015). Hubungan pijat oksitosin pada ibu nifas terhadap pengeluaran ASI di wilayah kerja puskesmas raja basa indah bandar lampung. 1.
- Pujiastuti, N. (2018). Pemberdayaan keluarga sebagai personal reference pada ibu menyusui eksklusif. Rineka cipta.
- Pitriani. (2012). Asuhan kebidanan ibu nifas normal. Cv budi utama.
- Saputri, ika nur. (2019). Pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi asi. Jkk.
- Setiowati. (2017). X.
- Tutik rahayuningsih. (2020). Perawatan payudara & pijat oksitosin. Nuha medika.
- Yuliarti, N. (2010). Keajaiban ASI. Andi offset.
- Wahyuni, Yuyun. 2012. “Determinan Persepsi Ketidacukupan ASI (PKA) Pada Ibu Yang Memiliki Bayi Diwilayah Kerja Puskesmas Cicantayam Kabupaten Sukabumi Tahun 2012”. Skripsi : Program Study Kebidanan Komunitas FKM UI Depok.